

Kurz: Čeština pro zahraniční ošetrovatelský personál
Téma: Krevní tlak

a) Diskutujte.

1. Jak vysoký je váš krevní tlak?
2. Jaké faktory ovlivňují krevní tlak?
3. Kde se měří krevní tlak a jakým způsobem?
4. Co musí sestra zjistit před měřením krevního tlaku?
5. Jaké pomůcky si sestra připraví k měření krevního tlaku?

b) Přečtěte si následující text.

Sledování krevního tlaku

Krevní tlak, označovaný zkratkou TK, je tlak krve pulzující v tepnách (arteriích). Jedná se v podstatě o výsledek srdečního výdeje a odporu cév. Rozeznáváme systolický tlak, tj. tlak v době kontrakce srdeční komory, a diastolický tlak, tj. tlak v době, kdy srdeční komory jsou v klidu (diastola srdeční komory). Rozdíl mezi systolickým a diastolickým tlakem označujeme jako tlak pulzový. Jestliže je krevní tlak v normě, mluvíme o *normotenzi*. Systolický TK se v tomto případě pohybuje v rozmezích 100-140mmHg a diastolický TK v rozmezích 60-90 mmHg. Průměrný normální TK dospělého člověka je 120/80 mmHg. Odchylky od normálního krevního tlaku označujeme jako hypertenzi a hypotenzi. O *hypertenzi*, vysokém krevním tlaku, mluvíme v případě, kdy měřené hodnoty se pohybují nad 140/90 mmHg. *Hypotenze*, nízký krevní tlak, se vyznačuje naměřenými hodnotami pod 100/60 mmHg.

c) Odpovězte na otázky.

1. Co je krevní tlak?
2. Charakterizujte tlak systolický a diastolický?
3. Co označujeme jako tlak pulzový?
4. V jakém případě se mluví o normotenzi?
5. Jak vysoký je průměrný normální krevní tlak dospělého člověka?
6. Co je hypertenze a hypotenze? Čím se vyznačují?

d) Doplněte do textu tyto pojmy ve správném gramatickém tvaru.

dospělý člověk / hypertenze / hypotenze / krevní tlak / normotenze / srdeční výdej / systolický tlak / srdeční komory / tlak pulzový / tepny

1., označovaný zkratkou TK, je tlak krve pulzující v 2. Jedná se v podstatě o výsledek 3. a odporu cév. Rozeznáváme 4., tj. tlak v době kontrakce srdeční komory, a diastolický tlak, tj. tlak v době, kdy 5. jsou v klidu. Rozdíl mezi systolickým a diastolickým tlakem označujeme jako 6. Jestliže je krevní tlak v normě, mluvíme o 7. Průměrný normální TK 8. je 120/80 mmHg. Odchylky od normálního krevního tlaku označujeme jako 9., vysoký krevní tlak, a 10., nízký krevní tlak.

Klíč

1. Krevní tlak 2. tepnách 3. srdečního výdeje 4. systolický tlak 5. srdeční komory 6. tlak pulzový 7. normotenzi 8. dospělého člověka 9. hypertenzi 10. hypotenzi